

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan terjadinya peningkatan tekanan darah tinggi yang juga dijuluki sebagai *silent killer* atau sebagai pembunuh diam-diam karena gejalanya yang tidak khas sehingga orang yang mengidap hipertensi tidak menyadarinya hingga bertahun-tahun sampai terjadi kerusakan organ vital yang cukup berat bahkan dapat menimbulkan kematian. (Hafiz, Weta, & Ratnawati, 2016).

Menurut Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 pada tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang menyandang hipertensi di dunia, artinya 1 dari 3 orang yang terdiagnosis menderita hipertensi di dunia. Penyandang hipertensi mengalami peningkatan setiap tahunnya, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 1,5 Miliar orang yang mengalami hipertensi, diperkirakan setiap tahunnya 1,44 juta orang meninggal dunia akibat penyakit hipertensi beserta komplikasinya. Di negara maju dan negara berkembang masalah kesehatan utama yang paling berbahaya adalah penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler). Penyakit hipertensi menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya. Tingginya angka penderita hipertensi juga terjadi di Indonesia, pada tahun 2013 prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran pada penduduk ≥ 18 tahun sebanyak 25,8% meningkat menjadi 34,1% di tahun 2018. (Kemenkes RI, 2019).

Wilayah Jawa Barat yang memiliki penduduk berjumlah 39,6% perlu mendapatkan perhatian khusus. Penanganan hipertensi memerlukan intervensi dan waktu yang lama bahkan seumur hidup bagi penderitanya. Hal ini dapat membuat penderita hipertensi malas dan bosan untuk berobat sehingga diperlukan sesuatu yang mudah terhadap penanganannya. Prevalensi hipertensi di Kabupaten Bandung menduduki peringkat ke-3 (11,54 %) setelah kota Sukabumi (12, 53%) dan Kota Bandung (11, 71%)

(Kemenkes, 2019). Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, Jawa Barat termasuk 5 besar provinsi yang memiliki angka kejadian hipertensi tertinggi.

Upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah dalam melakukan penekanan faktor risiko yaitu dengan menggunakan terapi farmakologis. (Kemenkes, RI, 2015), namun terapi tersebut dirasa belum optimal (Flora, R. & Purwanto, S, 2012). Pada kondisi tersebut mendorong para ilmuwan untuk mengembangkan terapi non farmakologis guna melengkapi terapi farmakologis sebagai terapi alternatif pada penderita hipertensi, sehingga dapat menjadi pengobatan yang lebih baik. (Flora, R. & Purwanto, S, 2012).

Terapi non farmakologis pada hipertensi merupakan jenis pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan dan bisa menjadi salah satu alternatif terapi penyembuhan bagi penderita hipertensi. Salah satu cara yang dapat dilakukan dengan terapi non farmakologis yaitu dengan berbagai upaya seperti mengatasi obesitas dengan menurunkan berat badan berlebih. Pemberian kalium dalam bentuk makanan dengan mengonsumsi buah-buahan dan sayur-sayuran, mengurangi asupan garam berlebih dan lemak jenuh, mengurangi konsumsi alkohol, berhenti merokok, dan menciptakan lingkungan yang rileks dan melakukan latihan fisik (olahraga) secara teratur. (Widyanto & Triwibowo, 2016).

Dalam Penelitian Berek, et al (2015). Mengemukakan bahwa dengan mengatur nafas dalam 53 lambat kurang dari 10 kali per menit selama 15 menit dapat menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 28,59 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 16,92 mmHg. Pada saat mengatur nafas dalam dan lambat serta dengan mengurangi garam 12 gr/hari dapat menurunkan tekanan darah menjadi lebih efektif. (Berek, 2018). Menurut penelitian Fernando dimeo dkk di Brasil (2012). Mengemukakan bahwa dengan berolahraga secara rutin dapat menurunkan peningkatan tekanan darah sistolik sebesar 6 ± 12 mmHg dan diastolik sebesar 3 ± 7 mmHg yang terjadi pada orang yang mempunyai hipertensi resisten. Pada beberapa penelitian menunjukkan hasil dengan penerapan terapi non farmakologis diantaranya dengan mengurangi asupan natrium, berhenti merokok dan menurunkan berat badan berlebih, dengan melakukan latihan rutin dapat menjadi alternatif pilihan dalam melakukan terapi pada penderita hipertensi. (Smeltzer dan Bare, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh (Kusyanti, Hasanuddin, Djufri,

2016) menyatakan bahwa kunyit merupakan salah satu tanaman herbal yang efektif dikonsumsi oleh penderita hipertensi.

Menurut penelitian Mubaraq (2011), faktor dominan yang dapat mempengaruhi strategi coping pada penderita hipertensi adalah tingkat pengetahuan penderita hipertensi untuk merubah pola hidup sehat atau dengan mengontrol makanan yang dapat beresiko tinggi pada penderita hipertensi masih kurang mengerti, hal ini disebabkan oleh kurangnya informasi penderita hipertensi tentang penatalaksanaan penyakit hipertensi seperti makanan yang boleh dan harus dihindari bagi penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Rt 04 Rw 10 Desa Panenjoan sebanyak 34 orang masyarakat yang menderita hipertensi dalam rentang usia 18-59 tahun. Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada 8 orang penderita hipertensi, pada saat terjadi kekambuhan penyakit hipertensi, ada yang mengatakan rutin mengonsumsi obat amlodipine, dan ada juga yang mengatakan mengonsumsi obat captopril untuk menurunkan tekanan darahnya, namun meskipun sudah mengetahui pengobatan hipertensi dengan cara mengonsumsi obat anti hipertensi sebagai media terapi farmakologis, mereka mengatakan tidak mengetahui tentang penatalaksanaan terapi non farmakologis sebagai upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah hipertensi. Ketidaktahuan masyarakat tentang penatalaksanaan pengobatan hipertensi secara non farmakologis menjadi kendala bagi penderita hipertensi sebagai pilihan alternatif terapi selain obat dalam menurunkan tekanan darah. Oleh karena itu berdasarkan data diatas peneliti tertarik untuk membuat penelitian mengenai Gambaran Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Terapi Non Farmakologis Penderita Hipertensi Di Rt 04 Rw 10 Desa Panenjoan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan perumusan masalah latar belakang diatas, maka perumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimanakah Gambaran Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Terapi Non Farmakologis Penderita Hipertensi Di Rt 04 Rw 10 Desa Panenjoan?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui “Gambaran Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Terapi Non Farmakologis Penderita Hipertensi Di Rt 04 Rw 10 Desa Panenjoan”.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya mengenai gambaran pengetahuan tentang penatalaksanaan terapi non farmakologis penderita hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.1.1 Bagi Institusi Universitas Bhakti Kencana

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah yang dapat bermanfaat dan menambah literature kepustakaan mahasiswa dan dosen.

1.4.1.2 Bagi Rt 04 Rw 10 Desa Panenjoan

Diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi khususnya mengenai penatalaksanaan terapi non farmakologis bagi penderita hipertensi.

1.4.1.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi ilmiah pada penelitian selanjutnya untuk menyempurnakan pembahasan atau sebagai metode pembaruan untuk dapat membantu dalam penatalaksanaan terapi non farmakologis penderita hipertensi.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Dalam penelitian ini penulis membahas mengenai Gambaran Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Terapi Non Farmakologis Penderita Hipertensi Di Rt 04 Rw 10 Desa Panenjoan.